

Thailand

พัทลุง





วังเจ้าเมืองพัทลุง

การเดินทาง

สถานที่ที่น่าสนใจ

อำเภอเมืองพัทลุง

อำเภอควนขนุน

อำเภอเขาชัยสน

อำเภอปากพะยูน

อำเภอกงหรา

อำเภอตะโหมด

อำเภอศรีบรรพต

อำเภอบางแก้ว

กิ่งอำเภอศรีนครินทร์

๖

๗

๗

๙

๑๐

๑๐

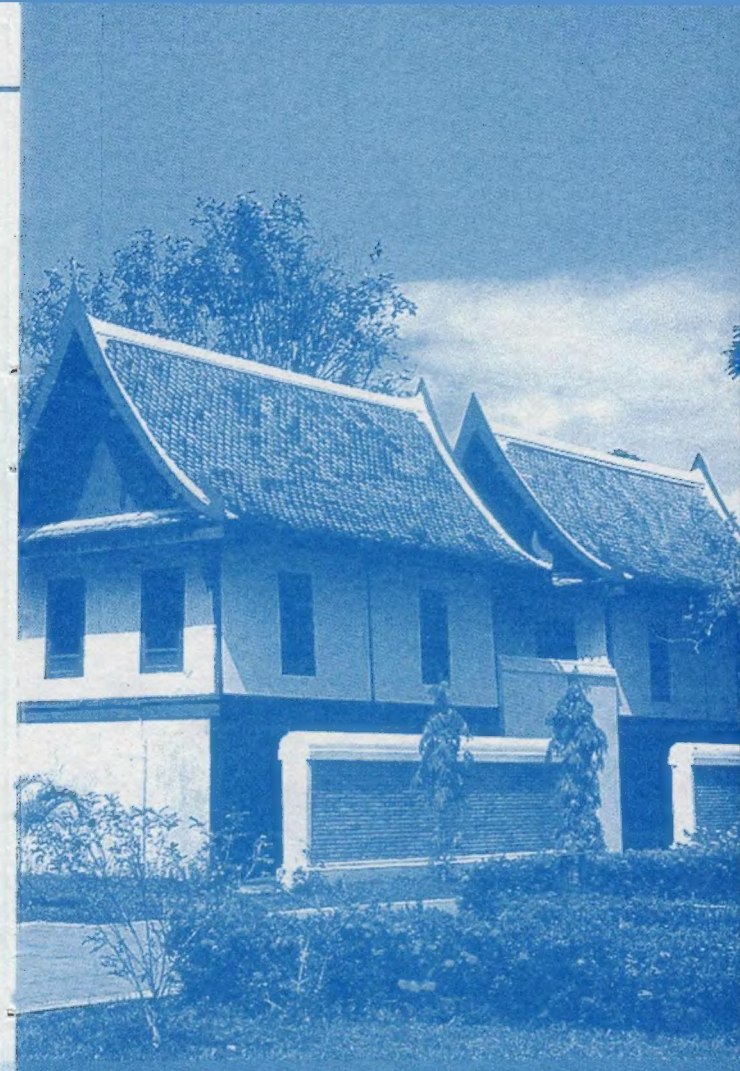
๑๑

๑๑

๑๑

๑๒

๑๓



สารบัญ

ศิลปวัฒนธรรมพื้นบ้าน	๑๔
เทศกาลงานประเพณี	๑๔
อาหารและสินค้าพื้นเมือง	๑๕
โปรแกรมนำเที่ยว	๑๕
ข้อแนะนำการท่องเที่ยว	๑๘
สิ่งอำนวยความสะดวก	๑๙
ที่พัก	๑๙
ร้านอาหาร	๒๐
บริษัทนำเที่ยว	๒๑
หมายเลขโทรศัพท์ที่สำคัญ	๒๑



วัดถ้ำสุมน

พัทลุง

เมืองหนังโนรา อุ่นาข้าว
พรานน้ำตก แหล่งนกน้ำ
ทะเลสาบงาม เขาอกทะลุ น้ำพุร้อน

พัทลุง เป็นเมืองอันเก่าแก่โบราณเมืองหนึ่งในภาคใต้ของประเทศไทยและเป็นเมืองแห่งขุนเขา เนื่องจากตัวเมืองมีเขาอกทะลุเป็นสัญลักษณ์สูงเด่นมองเห็นแต่ไกล นอกจากนี้ ยังได้ชื่อว่าเป็นเมืองต้นกำเนิดหนังตะลุงและโนราด้วย พัทลุงจากอดีตจนถึงปัจจุบันมีประวัติความเป็นมาอันยาวนานเกี่ยวเนื่องกับจังหวัดสงขลาทั้งทางด้านภูมิศาสตร์และประวัติศาสตร์ และมีการโยกย้ายชุมชนที่ตั้งเมืองหลายยุคหลายสมัย ในสมัยศรีวิชัย (พุทธศตวรรษที่ ๑๓-๑๔) บริเวณเมืองพัทลุงเป็นแหล่งชุมชนที่ได้รับวัฒนธรรมจากอินเดียในด้านพุทธศาสนา ลัทธิมหายาน จนกระทั่งในสมัยรัชกาลพระรามาธิบดีที่ ๑ (อยู่ทอง) แห่งกรุงศรีอยุธยา "เมืองพัทลุง" เป็นส่วนหนึ่งใน ๑๒ เมืองนักขัตตฤกษ์ ในสมัยรัตนโกสินทร์ พระบาทสมเด็จพระพุทธยอดฟ้าจุฬาโลก ได้โปรดเกล้าฯ ให้ยกเมืองพัทลุงขึ้นตรงต่อกระทรวงกลาโหม โดยมีฐานะเป็นเมืองชั้นโทและได้ย้ายเมืองไปอยู่ที่ปากน้ำลำปำ

เมื่อมีการปฏิรูปการปกครองเป็นแบบมณฑลเทศาภิบาลในสมัยรัชกาลที่ ๕ เมืองพัทลุงได้ขึ้นกับมณฑลนครศรีธรรมราช จนกระทั่งในปี พ.ศ. ๒๔๖๗ รัชกาลที่ ๖ ได้โปรดเกล้าฯ ให้ย้ายเมืองมาตั้งที่ตำบลคูหาสวรรค์ซึ่งเป็นที่ตั้งในปัจจุบัน เมื่อยกเลิกการปกครองแบบมณฑลเทศาภิบาลในปี พ.ศ. ๒๔๗๖ พัทลุงจึงมีฐานะเป็นจังหวัดตั้งแต่นั้น

อุทยานนกน้ำทะเลน้อย



การปกครอง

ตัวเมืองพัทลุงตั้งอยู่บริเวณฝั่งตะวันตกของทะเลสาบสงขลา ห่างจากกรุงเทพมหานครประมาณ ๘๔๖ กิโลเมตร มีพื้นที่ทั้งสิ้น ๓,๔๒๔,๔๗๓ ตารางกิโลเมตร แบ่งการปกครองเป็น ๑๐ อำเภอ กับ ๑ กิ่งอำเภอ ได้แก่ อำเภอเมืองพัทลุง อำเภอกวนขนุน อำเภอปากพะยูน อำเภอangkong อำเภอตะโหมด อำเภอเขาชัยสน อำเภอป่าบอน อำเภอบางแก้ว อำเภอศรีบรรพต อำเภอป่าพะยอม และกิ่งอำเภอศรีนครินทร์

อาณาเขต

ทิศเหนือ	ติดต่อกับอำเภอชะอวด จังหวัดนครศรีธรรมราช และอำเภอระโนด จังหวัดสงขลา
ทิศใต้	ติดต่อกับอำเภอรัตภูมิ อำเภอกวนเนียง จังหวัดสงขลา และอำเภอกวนกาหลง จังหวัดสตูล
ทิศตะวันออก	ติดต่อกับทะเลสาบสงขลา เขตอำเภอระโนด กระแสสินธุ์ สทิงพระ และสิงหนคร จังหวัดสงขลา
ทิศตะวันตก	ติดต่อกับเทือกเขานครศรีธรรมราช หรือเทือกเขาบรรทัด เขตอำเภอห้วยยอด อำเภอเมืองตรัง อำเภอนาโยง อำเภอย่านตาขาว และอำเภอปะเหลียน จังหวัดตรัง

การเดินทาง

รถยนต์ สามารถไปได้ ๒ ทาง ได้แก่

เส้นทางแรก จากกรุงเทพฯ ตามทางหลวงแผ่นดินสายเพชรเกษมหมายเลข ๔ ถึงชุมพร (สี่แยกปฐมพร) แยกเข้าระนอง-พังงา-กระบี่-ตรัง-พัทลุง ระยะทางประมาณ ๑,๓๔๐ กิโลเมตร เส้นทางที่สอง จากกรุงเทพฯ เมื่อถึงชุมพร ใช้ทางหลวงหมายเลข ๔๑ (เอเซีย) จนถึงจังหวัดพัทลุง ระยะทางประมาณ ๘๔๖ กิโลเมตร

รถโดยสารประจำทาง มีรถออกจากสถานีขนส่งสายใต้ ถนนบรมราชชนนี สอบถามรายละเอียดได้ที่โทรศัพท์ ๐ ๒๔๓๕ ๑๑๙๙ www.transport.co.th

รถไฟ มีขบวนรถไฟสายใต้ที่สถานีรถไฟกรุงเทพ (หัวลำโพง) ผ่านท้องที่อำเภอเมืองพัทลุง กวนขนุน เขาชัยสน ปากพะยูน ป่าบอน และอำเภอบางแก้ว รายละเอียดติดต่อสอบถามได้ที่โทรศัพท์ ๐ ๒๒๒๐ ๔๓๓๔, ๐ ๒๖๒๑ ๘๗๐๑, ๑๖๙๐ www.railway.co.th

เครื่องบิน พัทลุงไม่มีสนามบิน สามารถใช้เส้นทางบินของจังหวัดใกล้เคียงได้ ติดต่อสอบถามรายละเอียดและสำรองที่นั่งได้ที่ บริษัทการบินไทย จำกัด (มหาชน) กรุงเทพฯ โทรศัพท์ ๐ ๒๖๒๘ ๒๐๐๐, ๑๕๖๖ หรือที่สำนักงานตรัง โทรศัพท์ ๐ ๗๕๒๑ ๘๐๖๖, ๐ ๗๕๒๑ ๙๙๒๓ สำนักงานนครศรีธรรมราช โทรศัพท์ ๐ ๗๕๓๑ ๒๕๐๐, ๐ ๗๕๓๑ ๓๐๓๐ และสำนักงานหาดใหญ่ โทรศัพท์ ๐ ๗๕๒๓ ๓๔๓๓ www.thaiairways.com

ระยะทางจากตัวเมืองพัทลุงไปยังอำเภอและกิ่งอำเภอต่างๆ

อำเภอควนขนุน	๑๗	กิโลเมตร
อำเภอเขาชัยสน	๒๘	กิโลเมตร
อำเภอปากพะยูน	๖๖	กิโลเมตร
อำเภอกงหรา	๔๐	กิโลเมตร
อำเภอตะโหมด	๓๙	กิโลเมตร
อำเภอป่าบอน	๕๐	กิโลเมตร
อำเภอศรีบรรพต	๓๕	กิโลเมตร
อำเภอบางแก้ว	๔๐	กิโลเมตร
อำเภอป่าพะยอม	๓๘	กิโลเมตร
กิ่งอำเภอศรีนครินทร์	๑๖	กิโลเมตร

สถานที่ที่น่าสนใจ

อำเภอเมืองพัทลุง

พระพุทธรูปโรคนันตรายชัยวัฒน์จตุรทิศ หรือเรียกอีกอย่างว่า “พระสี่มุมเมือง” เป็นพระพุทธรูปประจำภาคใต้ และปูชนียวัตถุคู่เมืองของพัทลุง ประดิษฐานอยู่ภายในศาลาจัตุรมุข บริเวณด้านหน้าระหว่างศาลากลางกับศาลจังหวัดพัทลุง เป็นพระพุทธรูปหล่อสำริดปางสมาธิ ที่พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวรัชกาลปัจจุบัน (รัชกาลที่ ๙) โปรดเกล้าพระราชทานไว้ที่จังหวัดพัทลุง เมื่อปี พ.ศ. ๒๕๓๑

วัดถ้ำคูหาสวรรค์ ตั้งอยู่เชิงเขาคูหาสวรรค์ ใกล้ๆ ตัวตลาดพัทลุง จะมีทางเลี้ยวซ้ายมือที่เขาค้อแตก เป็นทางไปสู่วัดถ้ำคูหาสวรรค์ วัดนี้สร้างในสมัยอยุธยา และต่อมาได้รับการยกฐานะเป็นพระอารามหลวงแห่งแรกของจังหวัดพัทลุง ภายในถ้ำมีพระพุทธรูปปางไสยาสน์องค์ใหญ่และพระพุทธรูปปางอื่นๆ ประดิษฐานอยู่ตามผนังถ้ำ และบริเวณหน้าถ้ำมีจารึกพระปรมาภิไธยย่อของพระมหากษัตริย์และเชื้อพระวงศ์หลายพระองค์

ภูเขาอกทะลุ จากวัดคูหาสวรรค์มุ่งหน้าไปบนทางหลวงหมายเลข ๔๐๔๗ ภูเขาจะตั้งตระหง่านอยู่ด้านตะวันออกของสถานีรถไฟ ภูเขาอกทะลุ เป็นสัญลักษณ์ประจำจังหวัดพัทลุง สูงประมาณ ๒๕๐ เมตร มีทางสำหรับปีนขึ้นยอดเขาเพื่อชมทิวทัศน์ของเมืองพัทลุงได้ ลักษณะพิเศษของภูเขาภู่นี้ คือ มีโพรงทะลุมองเห็นอีกด้านหนึ่ง อยู่บริเวณเกือบตอนปลายของยอดเขา ซึ่งเป็นที่มาของชื่อภูเขา

วัดวัง ตั้งอยู่ตำบลลำปำ ห่างจากตัวเมืองไปตามทางหลวงหมายเลข ๔๐๔๗ ประมาณ ๖ กิโลเมตร (เส้นทางสายเดียวกับเขาอกทะลุ) เป็นปูชนียสถานที่สำคัญแห่งหนึ่งของจังหวัดพัทลุง สร้างโดยพระยาพัทลุง (ทองขาว) ในสมัยรัชกาลที่ ๓ และเคยเป็นสถานที่ประกอบพิธีถือน้ำพิพัฒน์สัตยาในสมัยรัตนโกสินทร์ ภายในพระอุโบสถมีภาพเขียนสีฝุ่นบนฝาผนังในรัชกาลที่ ๔ เกี่ยวกับพุทธประวัติและเทพพระประธานเป็นพระพุทธรูปปูนปั้นสมัยเดียวกัน ในระเบียงคดโดยรอบมีพระพุทธรูปปูนปั้นจำนวน ๑๐๘ องค์

วังเจ้าเมืองพัทลุง (วังเก่า-วังใหม่) ตั้งอยู่ที่ตำบลลำปำ ใกล้กับ วัดวัง เดิมเป็นที่ว่าราชการและเป็นที่อยู่อาศัยของเจ้าเมืองพัทลุง ปัจจุบันยังเหลืออยู่ส่วนหนึ่ง คือ วังเก่า สร้างในสมัยพระยาพัทลุง (น้อย จันทโรจวงศ์) เป็นผู้ว่าราชการจังหวัด ต่อมาวังได้ตกทอดมาจนถึง นางประไพ มุตามะระ บุตรีของหลวงศรีวรฉัตร ส่วนวังในสร้างเมื่อปี พ.ศ. ๒๔๖๒ โดยพระยาอภัยบริรักษ์จักราวิชิตพิพิธภักดี (เนตร จันทโรจวงศ์) บุตรชายของพระยาพัทลุง ซึ่งเป็นเจ้าเมืองพัทลุง ปัจจุบัน ทายาทตระกูลจันทโรจวงศ์ได้มอบวังนี้ให้เป็นสมบัติของชาติ และ กรมศิลปากรได้ประกาศขึ้นทะเบียนเป็นโบราณสถานแห่งชาติเมื่อปี พ.ศ. ๒๕๒๖

อนุสาวรีย์พระยาทุกขราษฎร์ (ช่วย) ประดิษฐานอยู่ที่สามแยก ที่มิหรี ในเขตเทศบาลเมืองพัทลุง ตามประวัติกล่าวว่าพระยาทุกขราษฎร์เดิมเป็นพระ ชื่อพระมหาช่วย จำพรรษาอยู่ที่วัดป่าลิไลยก์ ใน สมัยรัชกาลที่ ๑ ซึ่งขณะนั้นเกิดสงคราม ๙ ทศ พระมหาช่วยได้ช่วย พระยาพัทลุง นำชาวบ้านเข้าต่อต้านกองทัพพม่าจนแตกพ่าย ต่อมา จึงลาสิกขาบทแล้วได้รับการโปรดเกล้าฯ ให้เป็นพระยาทุกขราษฎร์ ดำรงตำแหน่งผู้ช่วยราชการเมืองพัทลุง มีตำแหน่ง “พระยา” เทียบ เท่าเจ้าเมือง

หาดแสนสุขลำปำ อยู่เลยวัดวังไปตามทางหลวงหมายเลข ๔๐๔๗ อีกประมาณ ๒ กิโลเมตร เป็นหาดทรายที่มีทิวสนร่มรื่นริมฝั่ง ทะเลสาบน้ำจืดที่ใหญ่ที่สุดในเอเชีย กลางวงเวียนมีรูปปั้นฝูงปลาลำปำ ซึ่งเป็นปลาท้องถิ่นที่อยู่อาศัยในบริเวณลำปำ มีศาลากลางน้ำชื่อว่า “ศาลาลำปำที่รัก” สำหรับชมทิวทัศน์บริเวณทะเลสาบและจากบริเวณ ชายหาดมีสะพานเชื่อมไปยังเกาะลอย ซึ่งเป็นเกาะที่เกิดจากการ ทับถมของตะกอนปากน้ำลำปำ นอกจากนี้ในบริเวณทะเลสาบลำปำ ยังมีฝูงปลาโลมาหัวบาตรปรากฏให้เห็นบ่อยครั้ง

หมู่บ้านหัตถกรรม บ้านคอกวัว ตำบลชัยบุรี ห่างจากตัวเมือง ไปตามเส้นทางที่แยกไสยวน ประมาณ ๖ กิโลเมตร เป็นหมู่บ้านหัตถกรรมผลิตภัณฑ์กะลาที่มีชื่อเสียง จนมีชื่อว่า “หมู่บ้านกะลาเงินล้าน” เนื่องจากผู้นำชุมชน โดยนายปลื้ม ชูคง ได้เป็นผู้ริเริ่มสร้างสรรค์ให้ ภูมิปัญญาชาวบ้าน นำกะลามะพร้าวอันเป็นวัสดุพื้นบ้านธรรมชาติมา ออกแบบเป็นภาชนะใช้สอยในครัวเรือน อุปกรณ์ เครื่องใช้และเครื่องประดับ และได้เผยแพร่ความรู้ต่อไปจนมีสมาชิกกว่าร้อยราย ร่วมกัน ทำผลิตภัณฑ์จากกะลาทั่วทั้งหมู่บ้าน ได้แก่ ช้อน ถ้วยกาแฟ ถ้วยน้ำ กระบวยตักน้ำ หัพพี จาน ชาม ไปจนถึงโคมไฟและเครื่องประดับ นานาชนิด ส่งตลาดในประเทศและต่างประเทศอย่างแพร่หลายกว่า ๑๖ ประเทศ สนใจเข้าชมวิถีชาวบ้านและเลือกซื้อผลิตภัณฑ์กะลามะพร้าว ติดต่อ นายปลื้ม ชูคง เลขที่ ๔๒ หมู่ที่ ๑ บ้านคอกวัว ตำบลชัยบุรี โทรศัพท์ ๐ ๑๔๖๕ ๕๗๕๑

อำเภอควนขนุน

อุทยานนกน้ำทะเลน้อย เป็นอุทยานนกน้ำที่ใหญ่ที่สุดในประเทศไทย ใช้เส้นทางหลวงหมายเลข ๔๐๔๘ อำเภอเมืองพัทลุง-ควนขนุน ไปสุดที่ทะเลน้อย รวมระยะทางประมาณ ๓๒ กิโลเมตร ทางลาดยางตลอดทั้งสาย เป็นเขตห้ามล่าสัตว์ป่าทะเลน้อย กรมป่าไม้ มีพื้นที่ประมาณ ๔๕๐ ตารางกิโลเมตร ประกอบไปด้วยส่วนที่เป็นพื้นดิน ๔๒๒ ตารางกิโลเมตร หรือร้อยละ ๙๔ ของพื้นที่ทั้งหมด ส่วนที่เป็นพื้นน้ำหรือทะเลน้อย ๒๘ ตารางกิโลเมตร หรือร้อยละ ๖ ของพื้นที่ทั้งหมด มีความกว้าง ๕ กิโลเมตร และยาว ๖ กิโลเมตร ความลึกโดยเฉลี่ยราว ๑.๒ เมตร ปกคลุมด้วยพืชน้ำต้งๆ เช่น บัวจูด หยู่ น้ำ กก ปรีอ กง ทะเลน้อยเป็นทะเลสาบน้ำจืดที่มีนกน้ำ นกประจำถิ่น และนกอพยพอยู่มากมายกว่า ๑๘๗ ชนิด แยกออกเป็นนกประจำถิ่น ซึ่งอาศัยอยู่ตลอดปี และนกอพยพย้ายถิ่นมาในช่วงฤดูหนาวระหว่างเดือนตุลาคม-มีนาคม ซึ่งเป็นช่วงที่มีประชากรนกมากที่สุด ส่วนช่วงที่มีน้อยที่สุดอยู่ในเดือนมิถุนายน-กันยายน อันเป็นช่วงที่นกน้ำทำรัง นกชนิดที่มีมาก ได้แก่ นกยางหัวไฟ นกยางโทนใหญ่ นกกาบบัว และนกกระสาแดง วงศ์นกเป็ดน้ำ เช่น นกเป็ดแดง เป็ดคับแค เป็ดลาย และเป็ดผี วงศ์นกอัญชัญ เช่น นกอัญชัญคิ้วขาว นกกวก นกอีส้ม นกอีล้ำและนกคู้ท วงศ์นกฟริก ได้แก่ นกอีแจวและนกฟริก วงศ์นกกาน้ำ ได้แก่ นกกาน้ำเล็กและนกกาน้ำใหญ่ วงศ์นกตีนเทียน และเหยี่ยวต่างๆ เช่น เหยี่ยวแดง นอกจากนี้ยังมีนกที่พบเห็นประจำ ได้แก่ นกกระแตแต้แว๊ด นกนางนวลแกรบเคราขาว นกกระเต็นน้อยธรรมดา และนกนางแอ่นบ้าน เป็นต้น

ช่วงเวลาที่เหมาะสมในการศึกษาธรรมชาติ นก และพรรณไม้ น้ำที่ตื้นที่สุดอยู่ในช่วงเดือนตุลาคม-มีนาคม เพราะนอกจากจะพบเห็นนกจำนวนมากแล้ว ผิวน้ำอันกว้างใหญ่ไพศาลจะสวยงามตระการตาไปด้วยบัวสายสีชมพูบานสะพรั่งไปทั่ว ทั้งยังมีวิถีชีวิตของชุมชนที่มีการประกอบอาชีพหลากหลาย โดดเด่นในการเป็นหมู่บ้านหัตถกรรมทำเครื่องกระจูด ซึ่งเป็นวัตถุดิบหลักจากทะเลน้อยด้วย

ปัจจุบันทะเลน้อยได้รับเลือกให้เป็นแรมซาร์ไซด์ หรือพื้นที่ชุ่มน้ำของโลกเป็นแห่งแรกของประเทศไทย เพื่อที่จะรักษาระบบนิเวศโดยรอบให้มีความยั่งยืนและกำลังได้รับการพัฒนาพื้นที่ให้เป็นศูนย์ศึกษาธรรมชาติที่สำคัญแห่งหนึ่งของประเทศ มีการควบคุมดูแลการจัดกิจกรรมท่องเที่ยวเชิงนิเวศในพื้นที่ทะเลน้อยอย่างระมัดระวังในผลกระทบต่อสิ่งแวดล้อม นักท่องเที่ยวสามารถเช่าเรือไปชมนกได้จากท่าเรือทะเลน้อยที่มีการจัดเส้นทางทางท่องเที่ยวเป็น ๒ เส้นทาง เส้นทางสายแรก เป็นเส้นทางสำหรับนักท่องเที่ยวทั่วไป มีเรือบริการนำเที่ยวโดยชุมชนทะเลน้อย อีกเส้นทางหนึ่ง สำหรับนักวิชาการและการศึกษาโดยการขออนุญาตและนำชมโดยเจ้าหน้าที่อุทยานฯ

ภายในอุทยานฯ มีเรือนพักไว้บริการนักท่องเที่ยวด้วย ติดต่อบริเวณริมทะเลเลยัดใต้ที่เขตห้ามล่าสัตว์ป่าทะเลน้อย อำเภอควนขนุน จังหวัดพัทลุง โทรศัพท์ ๐ ๗๔๖๘ ๕๒๕๘, ๐ ๗๔๖๘ ๕๒๓๐

การเดินทาง สามารถเดินทางได้ทั้งทางรถยนต์และทางเรือ โดยการเช่าเรือจากอำเภอต่างๆ ที่อยู่ริมทะเล เช่น อำเภอระโนด อำเภอสะทิงพระ และอำเภอเมืองสงขลา จังหวัดสงขลา อำเภอปากพะยูน อำเภอควนขนุน และอำเภอเมืองพัทลุง จังหวัดพัทลุง ส่วนทางรถไฟ ไปลงที่สถานีปากคลอง จากนั้นต่อรถยนต์ไปทะเลน้อยอีก ๘ กิโลเมตร

อำเภอเขาชัยสน

บ่อน้ำร้อน ธารน้ำเย็น จากตัวจังหวัดไปทางใต้ ตามทางหลวงหมายเลข ๔ ประมาณ ๒๕ กิโลเมตร เมื่อถึงกิโลเมตรที่ ๔๗ (บ้านท่านางพรหม) มีทางแยกซ้ายเข้าทางหลวงหมายเลข ๔๐๘๑ ไปอำเภอเขาชัยสนประมาณ ๗ กิโลเมตร บริเวณถนนสุขาภิบาลซอย ๒ ติดที่ว่าการอำเภอเขาชัยสนจะมีถนนลาดยาง แยกขวามือเข้าไปอีก ๑ กิโลเมตร ถึงหน้าผาเชิงเขาชัยสน อันเป็นที่ตั้งของบ่อน้ำเย็น แต่งเป็นสวนพักผ่อน เลยไปอีก ๓๐๐ เมตรเป็นบ่อน้ำร้อนซึ่งเชื่อกันว่าเป็นน้ำศักดิ์สิทธิ์ใช้รักษาโรคบางอย่างได้

วัดเขียนบางแก้ว อยู่บนทางหลวงหมายเลข ๔๐๘๑ เลี้ยวที่ว่าการอำเภอเขาชัยสนไปประมาณ ๗ กิโลเมตร ในเขตบ้านบางแก้ว ตรงกิโลเมตรที่ ๑๔ พอดี มีทางเข้าอยู่ทางด้านซ้ายมือ วัดเขียนตั้งอยู่ริมทะเลสาบสงขลาเป็นวัดเก่าแก่ที่มีพระธาตุบางแก้ว ซึ่งสร้างแบบเดียวกับพระมหาธาตุเจดีย์นครศรีธรรมราชแต่มีขนาดเล็กกว่า เป็นปูชนียสถานที่เก่าแก่ที่สุดแห่งหนึ่งของเมืองพัทลุง ซึ่งเชื่อกันว่าสร้างมาตั้งแต่สมัยกรุงศรีอยุธยาตอนต้น สันนิษฐานว่าพื้นที่บริเวณวัดนี้เป็นที่ตั้งของเมืองพัทลุงมาก่อน เพราะได้พบซากปรักหักพังของศิลาแลงและพระพุทธรูปมากมาย

แหลมจองถนน ตั้งอยู่ที่ตำบลจองถนน จากตัวเมืองพัทลุงไปตามเส้นทางสายเพชรเกษม เลี้ยวซ้ายผ่านอำเภอเขาชัยสนไปอีกประมาณ ๑๒ กิโลเมตร รวมระยะทางจากตัวเมืองประมาณ ๓๙ กิโลเมตร เป็นหมู่บ้านชาวประมงอยู่บนเนินดินและลาดชันลงไปยังหาดทะเลสาบสงขลา ซึ่งมีสภาพเป็นน้ำกร่อยและสามารถมองเห็นทิวทัศน์เกาะแก่งต่างๆ ได้เป็นอย่างดี

อำเภอปากพะยูน

เกาะสี่ เกาะห้า ตั้งอยู่ในทะเลสาบสงขลา-พัทลุง ท้องที่อำเภอปากพะยูน เกาะแห่งนี้เป็นที่อยู่ของนกนางแอ่นทะเลเป็นจำนวนมาก จึงถูกเรียกว่า "เกาะรังนก" และมีสัมปทานเพื่อนำรังนกเหล่านี้ไปจำหน่าย สภาพธรรมชาติของเกาะมีความงดงามมาก พระบาทสมเด็จพระจุลจอมเกล้าเจ้าอยู่หัว รัชกาลที่ ๕ เคยเสด็จประพาสและทรงจารึกพระ

ประมาณร้อยละ ๖๖.๖๖ บริเวณหน้าผา และในบริเวณนี้ได้ก่อสร้างอนุสาวรีย์พระองค์ท่านประดิษฐานไว้ด้วย การเที่ยวชมเกาะสี่-เกาะห้า ซึ่งเป็นเขตสัมปทานรังนกของเอกชนจะต้องได้รับอนุญาตที่อำเภอปากพะยูนก่อน

การเดินทาง สามารถเดินทางได้จากท่าเรือตำบลลำปำ ระยะทางประมาณ ๒๕ กิโลเมตร หรือท่าเรืออำเภอปากพะยูน ระยะทางประมาณ ๑๐ กิโลเมตร ใช้เวลาเดินทางประมาณ ๑ ชั่วโมง

อำเภอกงหรา

น้ำตกไพรวัลย์ ตั้งอยู่ในหน่วยพิทักษ์ป่าบ้านพุด เขตรักษาพันธุ์สัตว์ป่าเขาบรรทัด ตำบลคลองเฉลิม ใช้เส้นทางจากบ้านคลองหมวยไปตามถนนตำบลลำสินธุ์-บ้านกงหรา (ทางหลวงหมายเลข ๔๑๒๒) ประมาณ ๒๐ กิโลเมตร ทางเข้าชมน้ำตกอยู่ทางทิศตะวันตก ระยะทางประมาณ ๓ กิโลเมตร เป็นน้ำตกขนาดใหญ่มีความงดงาม เงียบสงบและร่มเย็น อุดมไปด้วยพรรณไม้นานาชนิด บริเวณน้ำตกมีร้านอาหารไว้บริการด้วย

อำเภอตะโหมด

น้ำตกตะโหมด หรือ **น้ำตกหม่อมจ้อย** อยู่ห่างจากตัวอำเภอ ๑๒ กิโลเมตร เป็นน้ำตกที่อยู่ท่ามกลางป่าที่ร่มรื่น ลักษณะของน้ำตกจะแบ่งเป็นชั้นๆ แต่ละชั้นมีชื่อต่างกัน มีแอ่งน้ำสามารถเล่นน้ำได้ มีลานกว้างเหมาะแก่การพักผ่อนหย่อนใจ

การเดินทาง ใช้เส้นทางหมายเลข ๔๑๒๑ และต่อด้วยทางหลวงหมายเลข ๔๑๗๓ (อยู่ทางตอนใต้ของเมืองพัทลุง) แยกจากทางหลวงหมายเลข ๔ เข้าไปจนถึงวัดตะโหมด ตัวน้ำตกอยู่ในบริเวณหน่วยพิทักษ์สัตว์ป่าตะโหมด ซึ่งอยู่เลยวัดตะโหมดไป ๔-๕ กิโลเมตร

ศูนย์วัฒนธรรมบ้านตะโหมด ตั้งอยู่ในบริเวณโรงเรียนประชาบำรุง จากวัดตะโหมดไปศูนย์วัฒนธรรมระยะทางประมาณ ๑ กิโลเมตร เป็นแหล่งรวบรวมวัฒนธรรมท้องถิ่น วิถีชีวิตพื้นบ้านของชุมชนบ้านตะโหมด นับเป็นสิ่งที่มีความสำคัญที่คนรุ่นหลังจะได้สืบทอดความเป็นมาของชุมชนตะโหมด

อำเภอศรีบรรพต

อุทยานแห่งชาติเขาปู่-เขาย่า ตั้งอยู่ที่บ้านในวัง ตำบลเขาปู่ อยู่ห่างจากตัวจังหวัดประมาณ ๓๗ กิโลเมตร โดยใช้เส้นทางหมายเลข ๔๑ ไปอำเภอควนขนุน แล้วไปแยกซ้ายเข้าทางหลวงหมายเลข ๔๑๖๔ สู่อำเภอศรีบรรพต เข้าไปประมาณ ๑๗ กิโลเมตร แล้วแยกซ้ายไปอีก ๔ กิโลเมตร ก็ถึงที่ทำการอุทยานฯ ซึ่งมีสภาพเป็นป่าดิบชื้น พรรณไม้ที่สำคัญ ได้แก่ หลุมพอ เคี่ยม ตะเคียนทอง สัตว์ป่าที่สำคัญ ได้แก่ แรด สมเสร็จ ลิง นกต่างๆ มีเนื้อที่รวมทั้งสิ้น ประมาณ ๔๓๓,๗๕๐ ไร่หรือ

๖๙๔ ตารางกิโลเมตร ในบริเวณอุทยานฯ มีแหล่งท่องเที่ยวที่น่าสนใจ คือ

ถ้ำมัจฉาปลาวน อยู่ใกล้กับที่ทำการอุทยานแห่งชาติ ภายในถ้ำมีหินงอกหินย้อย แลดูสวยงามดั่งหลิบลำธาร มีแอ่งน้ำกว้างประมาณ ๔๐๐ ตารางเมตร และมีฝูงปลาวายวนไปมาอยู่ในแอ่ง แอ่งน้ำนี้เกิดจากต้นน้ำซึ่งไหลผ่านทะเลภูเขาในวัง หน้าถ้ำเป็นผาหินสีนิลและร่มรื่นด้วยพรรณไม้นานาชนิด

น้ำตกเหวี่ยงทอง อยู่ห่างจากชุมชนตลาดเขาปู่ประมาณ ๓ กิโลเมตร ต้นน้ำเกิดจากเทือกเขาบรรทัดและเทือกเขานครศรีธรรมราช และได้รับการขนานนามว่า “น้ำตกร้อยชั้น” ชั้นที่สวยงามที่สุดคือชั้นที่ ๑๓ ซึ่งมีจุดชมวิวิสามารถมองเห็นทิวทัศน์ทะเลน้อยและเขาปู่เขาย่าได้

จุดชมวิวมัจฉา อยู่ห่างจากที่ทำการกลางประมาณ ๒๕๐ เมตร จุดเด่นของผาผึ้ง คือ ในราวเดือนกุมภาพันธ์-เมษายนของทุกปีจะมีผึ้งหลวงมาทำรังนับเป็นร้อยรังที่บริเวณหน้าผา และเมื่อถึงฤดูฝน ผึ้งเหล่านี้ก็จะทิ้งรังปล่อยให้เป็นรังร้าง ซึ่งจะเป็นเช่นนี้ทุกปี บริเวณจุดชมวิวน้ำผึ้งจะมองเห็นทิวทัศน์ของอุทยานฯ ได้

เส้นทางเดินชมธรรมชาติ อยู่ในบริเวณที่ทำการอุทยานฯ มี ๒ เส้นทาง เหมาะสำหรับเดินชมธรรมชาติเพื่อเป็นการศึกษาหาความรู้เกี่ยวกับพรรณไม้ นอกจากนี้ในบริเวณที่ทำการอุทยานฯ ยังมีศูนย์บริการนักท่องเที่ยว ซึ่งเป็นศูนย์จัดนิทรรศการขนาดเล็กสำหรับให้ความรู้ความเข้าใจแก่นักท่องเที่ยวที่เข้ามาเยี่ยมชม ซึ่งอุทยานฯ ได้จัดนิทรรศการภาพประกอบคำบรรยายไว้ พร้อมทั้งจัดเจ้าหน้าที่ไว้คอยอธิบายให้ความรู้แก่นักท่องเที่ยว มีห้องสำหรับจัดประชุมและสัมมนา โดยจะเน้นสำหรับเยาวชนเป็นพิเศษ รองรับผู้ร่วมสัมมนาได้ประมาณ ๓๐ คน นอกจากนี้ในบริเวณอุทยานฯ ยังมีสถานที่กางเต็นท์ได้ประมาณ ๕๐ หลัง ติดต่อขออนุญาตค้างแรมได้โดยตรงที่ที่ทำการอุทยานแห่งชาติเขาปู่-เขาย่า หมู่ที่ ๙ ตำบลเขาปู่ อำเภอศรีบรรพต จังหวัดพัทลุง ๙๓๐๐๐ โทรศัพท์ ๐ ๗๔๖๑ ๙๖๔๔-๕

อำเภอบางแก้ว

คลองหูแร่ ตั้งอยู่ตำบลท่ามะเดื่อห่างจากตัวเมืองพัทลุงประมาณ ๓๓ กิโลเมตร ใช้เส้นทางสายเพชรเกษมไปประมาณ ๒๐ กิโลเมตร เลี้ยวซ้ายเข้าถนนสายเขาชัยสน-จงเก (หมายเลข ๔๐๙๑) และเลี้ยวขวาบริเวณที่ทำการอำเภอไปตามถนนลูกรังอีกประมาณ ๕ กิโลเมตร ก็จะถึงแหล่งท่องเที่ยว โดยบริเวณที่ว่าการอำเภอมิตรจักรยานยนต์รับจ้างบริการนักท่องเที่ยว คลองหูแร่มีสภาพเป็นลำคลองขนาดใหญ่ น้ำใสสะอาด พื้นคลองเป็นทรายและโคลนดิน บริเวณน้ำลึกเหมาะแก่การพักผ่อนหรือลงเล่นน้ำ มีร้านอาหารบริการนักท่องเที่ยวด้วย

หมู่บ้านหัตถกรรมรูปหนัง ตั้งอยู่หมู่ที่ ๑ บ้านบางแก้ว ตำบลท่ามะเดื่อ ตามเส้นทางจากสามแยกถนนเพชรเกษมถึงทางรถไฟประมาณ ๙ กิโลเมตร จากทางรถไฟถึงศูนย์ฯ อีกประมาณ ๒๐๐ เมตร



วัดถ้ำคูหาสวรรค์

รวมระยะทางจากจังหวัดพัทลุงถึงหมู่บ้านประมาณ ๓๖ กิโลเมตร หมู่บ้านหัตถกรรมรูปหนังบางแก้วมีสมาชิกจำนวน ๒๕ คน แกะรูปหนังตะลุงและหนังใหญ่รูปแบบใหม่ๆ ตามผู้สั่งซื้อ ฝีมือประณีตงดงาม ส่งจำหน่ายทั่วประเทศและต่างประเทศ ประมาณ ๑๖ ประเทศ สนใจเที่ยวชมและเลือกซื้อรูปหนัง ติดต่อนายอิม จันทรชุม ประธานศูนย์ฯ หรือสำนักงานชุมชนอำเภอบางแก้ว โทรศัพท์ ๐ ๗๔๖๔ ๗๓๘๐

กิ่งอำเภอศรีนครินทร์

ถ้ำสุมน ตั้งอยู่ตำบลบ้านนา อยู่ห่างจากตัวเมืองไปตามถนนสายพัทลุง-ตรัง (ทางหลวงแผ่นดินหมายเลข ๔ สายเพชรเกษม) ประมาณ ๒๑ กิโลเมตร ตัวถ้ำอยู่ห่างจากถนนประมาณ ๕๐๐ เมตร เป็นถ้ำที่มีหินงอกหินย้อยและมีห้องโถงกว้างขวางใหญ่โต สวยงาม วิจิตรตระการตาตามธรรมชาติ แบ่งเป็น ๒ ชั้น คือ ชั้นแรกเสมอกับพื้นราบ และชั้นใต้ดิน ภายในถ้ำยังมีพระพุทธรูปปางต่างๆ หลายองค์ ปัจจุบันถ้ำสุมนนอกจากมีความสงบสวยงามด้วยธรรมชาติแล้ว ยังเป็นสถานที่วิปัสสนาที่มีชื่อเสียงโด่งดังในกลุ่มของผู้ที่แสวงหาธรรมด้วย

ถ้ำพุทธโคตม ตั้งอยู่ที่หมู่ ๔ ตำบลบ้านนา เส้นทางเดียวกับน้ำตกเขาคราม แต่ห่างจากทางหลวงแผ่นดินหมายเลข ๔ (สายเพชรเกษม) ระยะทาง ๓ กิโลเมตร

เขตรักษาพันธุ์สัตว์ป่าเขาบรรทัด ตั้งอยู่ตำบลบ้านนา ห่างจากตัวเมืองพัทลุงไปตามทางหลวงแผ่นดินหมายเลข ๔ เป็นระยะทาง ๒๗ กิโลเมตร มีเนื้อที่ประมาณ ๑๖๗ ตารางกิโลเมตร ครอบคลุมพื้นที่จังหวัดพัทลุง ตรัง สงขลา สตูล ภูมิประเทศเป็นเทือกเขาที่อุดมไปด้วยต้นน้ำลำธาร และพรรณไม้มีค่ามากมาย

ศิลปวัฒนธรรมพื้นบ้าน

มโนราห์ หรือ โนรา ศิลปะการแสดงพื้นบ้านของภาคใต้ โดยเฉพาะจังหวัดพัทลุงได้ชื่อว่าเป็นต้นกำเนิดของโนรา สันนิษฐานว่าได้รับอิทธิพลมาจากอินเดียภาคใต้พร้อมกับละครชาตรี แต่ทำร้ายร้ายได้ถูกเปลี่ยนแปลงไปให้เข้ากับรสนิยมของคนแต่ละภาค ลักษณะโรงโนราสร้างเป็นเวทียกพื้นคล้ายโรงลิเก มีดนตรีและลูกคู่นั่งอยู่ทางด้านหน้าของโรง การแต่งกายแต่เดิมของโนรานั้น ผู้แสดงจะสวมเทริด นุ่งสับเพลา คาดเจียรबाट มีผ้าห้อยประดับหางอย่างนางมโนราห์ มีสายสังวาลประดับทับทรวง กรองคอและสวมเล็บยาว

การร่ายรำมีท่า ๑๒ ท่า การแสดงจะดูท่าร่ายรำที่สวยงาม และฟังบทร้องซึ่งผู้แสดงจะร้องเองโดยการด้นกลอน๓๓ หรือร้องตามบทที่แต่งไว้ ปัจจุบันวิทยาลัยนาฏศิลป์พัทลุงเป็นผู้สืบทอดและเผยแพร่ศิลปะการแสดงโนรา นอกจากนี้ยังมีนาฏศิลป์พื้นบ้านอีกหลายคณะในจังหวัดพัทลุง

ตะลุง ศิลปะการแสดงพื้นบ้านที่นิยมกันมากทั่วภาคใต้เช่นเดียวกับการแสดงโนรา ซึ่งพัทลุงก็ได้ชื่อว่าเป็นแหล่งกำเนิดหนังตะลุงเช่นกัน การทำตัวหนังตะลุง ทำจากหนังวัวดิบ ซึ่งตากแห้งเป็นแผ่นแข็ง ตัดเป็นตัวละครต่างๆ สลักกลดลายสวยงาม โดยมากมักจะทาสีดำทั้งตัว แต่ถ้าเป็นหนังบางอย่างที่เรียกว่าหนังแก้วจะระบายสีด้วย ตัวหนังจะมีไม้ไผ่ผ่าเพื่อหนีบตัวหนัง เรียกว่าไม้ดับ ปากและมือจะประดิษฐ์ให้ขยับได้ตามลีลาของบทรบราย โรงหนังตะลุงสร้างเป็นโรงยกสูงมุงหลังคาแบบเพิงหมาแหงน กรุผาสามด้าน ด้านหน้าเป็นจอผ้าสีขาว ภายในโรงเป็นที่วางตัวหนัง มีคนเชิดซึ่งเป็นคนพากย์ในตัวและวงดนตรีรวมแล้วจำนวนไม่เกิน ๘ คน เครื่องดนตรีประกอบด้วยปีกลอง โทน ฆ้อง การแสดงเป็นหน้าที่ของนายหนัง ซึ่งเป็นหัวหน้าคณะหนังตะลุงเป็นผู้เชิดและพากย์ โดยเล่นเป็นเรื่องราวตามวรรณคดีหรือเล่นเป็นเรื่องสมัยใหม่ที่นายหนังผูกเรื่องขึ้นมาเอง

เทศกาลงานประเพณี

งานวันพื้นที่ชุ่มน้ำโลก และงานเทศกาลล่องเรือ-แล่นกทะเลน้อย เป็นงานประเพณีที่เริ่มขึ้นใหม่ในปี ๒๕๔๑ จัดขึ้นระหว่างวันที่ ๑๔ กุมภาพันธ์ ถึงวันที่ ๑๕ มีนาคม ซึ่งเป็นช่วงที่มีนกและธรรมชาติสวยงามที่สุด โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อเป็นกิจกรรมท่องเที่ยวพิเศษให้เหมาะสมกับพื้นที่ท่องเที่ยวที่สำคัญที่สุดของพัทลุง สถานที่จัดงานอยู่ในบริเวณเขตห้ามล่าสัตว์ป่าทะเลน้อย ในแต่ละวันมีกิจกรรมให้นักท่องเที่ยวนั่งเรือหางยาวเที่ยวชมนกและพรรณไม้น้ำ การแสดงพื้นบ้าน การจำหน่ายสินค้าเกษตร และวิถีชีวิตของชุมชนทะเลน้อย ตลอดจนเลือกซื้อผลิตภัณฑ์พื้นบ้านนาชนิด

งานประเพณีแข่งโพนลากพระ เป็นงานประเพณีที่สำคัญที่สุดของจังหวัดพัทลุง นิยมปฏิบัติดังเช่นพุทธศาสนิกชนชาวใต้ทั่วไป

กล่าวคือ เมื่อถึงเทศกาลออกพรรษาจะต้องมีงานประเพณีลากพระ หรือชักพระ ทั้งทางบกและทางน้ำ สำหรับจังหวัดพัทลุงให้ความสำคัญในการลากพระทางบก ซึ่งจะมีการตีโพน (กลอง) เพื่อควบคุมจังหวะในการลากพระของแต่ละวัด ซึ่งจะมีผู้ตีโพนอยู่ในขบวน เมื่อผ่านวัดต่างๆ ก็จะมีการทำท่ายกกัน ทำให้มีการแข่งขันตีโพนเกิดขึ้น จนกลายเป็นงานบุญออกพรรษาที่ยิ่งใหญ่ของชาวพัทลุง ซึ่งจะจัดในช่วงวันขึ้น ๑๔-๑๕ ค่ำ และวันแรม ๑ ค่ำ เดือน ๑๑ อันเป็นวันออกพรรษา ซึ่งจะเป็นวันสำคัญที่สุดของงานเพราะมีขบวนลากพระแห่แหนไปรอบเมือง บริเวณจัดงานอยู่ที่สนามกีฬาพัทลุงและหาดแสนสุขลำปำ อำเภอเมืองพัทลุง กิจกรรมในงานที่สำคัญ ได้แก่ การแข่งโพนจากวัดต่างๆ ในจังหวัดพัทลุงและจังหวัดใกล้เคียงจำนวนนับร้อยโพน การประกวดขบวนแห่โพน ประกวดลีลาการตีโพน การแสดงนาฏศิลป์ การซัดตัม การประกวดแห่เรือพระพิธีทางศาสนา กีฬาทางน้ำที่ทะเลสาบลำปำ นิทรรศการ และศิลปหัตถกรรมพื้นบ้าน ในจังหวัดพัทลุงและจังหวัดใกล้เคียง เช่น การทำเสื่อกระจูดและผลิตภัณฑ์กะลา

อาหารและสินค้าพื้นเมือง

สินค้าพื้นเมืองของจังหวัดพัทลุงส่วนใหญ่จะเป็นหัตถกรรมพื้นบ้าน เช่น เครื่องจักสานต่างๆ ที่ขึ้นชื่อมาก คือ ผลิตภัณฑ์เสื่อกระจูด ซึ่งมีมากบริเวณเขตห้ามล่าสัตว์ป่าทะเลน้อย ผลิตภัณฑ์กะลามะพร้าว บ้านคอกวัว ตำบลไชยบุรี เป็นต้น นอกจากนี้ ยังมีของฝากที่มีชื่อเสียงคือ กาละแมะ ตำบลนางลาด กัลยณาบและลูกหยีหวาน อำเภอเมืองพัทลุง และกุ้งแก้ว อำเภอปากพะยูน

โปรแกรมนำเที่ยว (ตัวอย่าง)

โปรแกรมที่ ๑

วันที่ ๑

- | | |
|---------------|---|
| เวลา ๐๕.๓๐ น. | - เดินทางถึงสถานีรถไฟจังหวัดพัทลุง |
| เวลา ๐๖.๐๐ น. | - รับประทานอาหารเช้าที่ตัวเมืองพัทลุง |
| เวลา ๐๗.๐๐ น. | - นมัสการพระสี่มุมเมือง "พระพุทธนิรโรคันตรายชัยวัฒน์จตุรทิศ" หนึ่งในเจ็ดของภาคใต้ |
| เวลา ๐๗.๓๐ น. | - เดินทางไปสัมผัสแหล่งธรรมชาติ Unseen Thailand ทะเลลำน้ำ ทะเลน้อย |
| เวลา ๐๘.๐๐ น. | - ถึงทะเลน้อย อำเภอควนขนุน ล่องเรือดูนก และพันธุ์ไม้น้ำ |
| เวลา ๑๐.๐๐ น. | - สัมผัสวิถีชีวิตชุมชนทะเลน้อย |
| เวลา ๑๐.๓๐ น. | - ชมหัตถกรรมกระจูด สินค้า OTOP ระดับประเทศ |
| เวลา ๑๒.๐๐ น. | - รับประทานอาหารเที่ยง อำเภอเมืองพัทลุง |

- เวลา ๑๓.๐๐ น. - เดินทางไปบ่อน้ำร้อน ผ่อนคลายด้วย SPA น้ำแร่ อำเภอเขาชัยสน
- เวลา ๑๕.๐๐ น. - เดินทางไปสัมผัสแหล่งธรรมชาติถ้ำสมโน กิ่งอำเภอศรีนครินทร์
- เวลา ๑๖.๓๐ น. - ชมสถานปฏิบัติธรรมถ้ำสมโน
- เวลา ๑๙.๐๐ น. - รับประทานอาหารค่ำ
- เวลา ๒๒.๐๐ น. - พักผ่อนตามอัธยาศัย
- วันที่ ๒
- เวลา ๐๘.๐๐ น. - รับประทานอาหารเช้าที่จังหวัดพัทลุง
- เวลา ๐๙.๐๐ น. - เดินทางไปท่องเที่ยวจังหวัดใกล้เคียง เช่น นครศรีธรรมราช ตรัง สงขลา

โปรแกรมที่ ๒

วันที่ ๑

- เวลา ๐๕.๓๐ น. - เดินทางถึงสถานีรถไฟจังหวัดพัทลุง
- เวลา ๐๖.๐๐ น. - รับประทานอาหารเช้าที่ตัวเมืองพัทลุง
- เวลา ๐๗.๐๐ น. - นมัสการพระสี่มุมเมือง "พระพุทธนิรโรคันตรายชัยวัฒน์จตุรทิศ" หนึ่งเดียวของภาคใต้
- เวลา ๐๗.๓๐ น. - เดินทางไปสัมผัสแหล่งธรรมชาติ Unseen Thailand ทะเลล้านบัว ทะเลน้อย
- เวลา ๐๘.๐๐ น. - ถึงทะเลน้อย อำเภอควนขนุน ล่องเรือดูนก และพันธุ์ไม้น้ำ
- เวลา ๑๐.๐๐ น. - สัมผัสวิถีชีวิตชุมชนทะเลน้อย
- เวลา ๑๐.๓๐ น. - ชมหัตถกรรมกระจูด สินค้า OTOP ระดับประเทศ
- เวลา ๑๒.๐๐ น. - รับประทานอาหารเที่ยง อำเภอเมืองพัทลุง
- เวลา ๑๓.๐๐ น. - เดินทางไปวัดเขียนบางแก้ว วัดเก่าแก่ที่สุดของจังหวัดพัทลุง อำเภอเขาชัยสน
- * นมัสการพระธาตุเจดีย์ คล้ายพระธาตุเมืองนครศรีธรรมราช
 - * ชมพิพิธภัณฑ์ของเก่าแก่เมืองพัทลุง
- เวลา ๑๕.๐๐ น. - เดินทางไปชมศูนย์หัตถกรรมแกะหนังตะลุง อำเภอบางแก้ว
- เวลา ๑๖.๓๐ น. - ชมการแกะหนังตะลุง (ครูอิม จันทรชุม) พร้อมเลือกซื้อของที่ระลึก
- เวลา ๑๙.๐๐ น. - รับประทานอาหารค่ำ
- เวลา ๒๒.๐๐ น. - พักผ่อนตามอัธยาศัย
- วันที่ ๒
- เวลา ๐๘.๐๐ น. - รับประทานอาหารเช้าที่จังหวัดพัทลุง
- เวลา ๐๙.๐๐ น. - เดินทางไปท่องเที่ยวจังหวัดนครศรีธรรมราช ตรัง สงขลา

โปรแกรมที่ ๓

วันที่ ๑

- เวลา ๐๕.๓๐ น. - เดินทางถึงสถานีรถไฟจังหวัดพัทลุง
- เวลา ๐๖.๐๐ น. - รับประทานอาหารเช้าที่ตัวเมืองพัทลุง
- เวลา ๐๘.๐๐ น. - นมัสการพระสี่มุมเมือง "พระพุทธรูปโรคันตรายชัยวัฒน์จตุรทิศ" หนึ่งในเดียวของภาคใต้
- เวลา ๐๙.๐๐ น. - ชมวัดคูหาสวรรค์ อารามหลวงแห่งแรกของจังหวัดพัทลุง อำเภอเมืองพัทลุง
- เวลา ๑๐.๐๐ น. - สัมผัสวัฒนธรรม วังเจ้าเมืองพัทลุง อำเภอเมืองพัทลุง (วังเก่า-วังใหม่)
- เวลา ๑๑.๓๐ น. - ชมวัดวังสมัยตันรัตนโกสินทร์ อำเภอเมืองพัทลุง
- เวลา ๑๒.๐๐ น. - รับประทานอาหารเที่ยง อำเภอเมืองพัทลุง
- เวลา ๑๓.๐๐ น. - เดินทางไปวัดเขียนบางแก้ว เป็นวัดเก่าแก่ที่สุดของจังหวัดพัทลุง อำเภอเขาชัยสน
- เวลา ๑๔.๓๐ น. - ชมทัศนียภาพเกาะแก่งอันสวยงาม ณ แหลมจองถนน อำเภอเขาชัยสน
- เวลา ๑๕.๓๐ น. - ชมสถานปฏิบัติธรรม ถ้ำสุมน
- เวลา ๑๙.๐๐ น. - รับประทานอาหารค่ำ
- เวลา ๒๒.๐๐ น. - พักผ่อนตามอัธยาศัย

วันที่ ๒

- เวลา ๐๘.๐๐ น. - รับประทานอาหารเช้าที่จังหวัดพัทลุง
- เวลา ๐๙.๐๐ น. - เดินทางไปท่องเที่ยวจังหวัดอื่น

โปรแกรมที่ ๔

วันที่ ๑

- เวลา ๐๕.๓๐ น. - เดินทางถึงสถานีรถไฟจังหวัดพัทลุง
- เวลา ๐๖.๐๐ น. - รับประทานอาหารเช้าตัวเมืองพัทลุง
- เวลา ๐๗.๐๐ น. - นมัสการพระสี่มุมเมือง "พระพุทธรูปโรคันตรายชัยวัฒน์จตุรทิศ" หนึ่งในเดียวของภาคใต้
- เวลา ๐๘.๓๐ น. - เดินทางไปศึกษาเส้นทางธรรมชาติ อุทยานแห่งชาติเขาปู่-เขาย่า อำเภอศรีบรรพต
 - * เดินป่าศึกษาพันธุ์ไม้
 - * ชมถ้ำมัจฉาปลาวน
 - * ชมจุดชมวิวกาฬผิง
- เวลา ๑๒.๐๐ น. - รับประทานอาหารเที่ยง ณ อุทยานแห่งชาติเขาปู่-เขาย่า
- เวลา ๑๓.๐๐ น. - ออกเดินทางไปชมน้ำตกไพรวัลย์อันสวยงาม อำเภอกงหรา
- เวลา ๑๔.๐๐ น. - ถึงน้ำตกไพรวัลย์ เล่นน้ำตามอัธยาศัย
- เวลา ๑๖.๓๐ น. - ชมสถานปฏิบัติธรรม ถ้ำสุมน

- เวลา ๑๙.๐๐ น. - รับประทานอาหารค่ำ
- เวลา ๒๒.๐๐ น. - พักผ่อนตามอัธยาศัย
- วันที่ ๒
- เวลา ๐๘.๐๐ น. - รับประทานอาหารเช้าที่จังหวัดพัทลุง
- เวลา ๐๙.๐๐ น. - เดินทางไปท่องเที่ยวจังหวัดอื่นๆ

โปรแกรมที่ ๕

วันที่ ๑

- เวลา ๐๕.๓๐ น. - เดินทางถึงสถานีรถไฟจังหวัดพัทลุง
- เวลา ๐๖.๐๐ น. - รับประทานอาหารเช้าที่ตัวเมืองพัทลุง
- เวลา ๐๗.๐๐ น. - นมัสการพระสี่มุมเมือง "พระพุทธรูปรัตนตรัย
ชัยวัฒน์จตุรทิศ" หนึ่งเดียวของภาคใต้
- เวลา ๐๘.๓๐ น. - เดินทางไปชมผืนเส้นทางตามรอยประพาส ร.๕
ณ เกาะสี่ เกาะห้า อำเภอปากพะยูน
- * ชมร่องรอยประพาสของ ร.๕ พ.ศ. ๒๔๓๒
 - * ชมรังนกคุณภาพดี
 - * นมัสการพระโพธิสัตว์กวนอิมและหลวงปู่ทวด
เกาะกระ
 - * ชมทัศนียภาพเกาะต่างๆ
- เวลา ๑๒.๐๐ น. - รับประทานอาหารเที่ยง อำเภอปากพะยูน
- เวลา ๑๓.๐๐ น. - เดินทางไปบ่อน้ำร้อน อำเภอเขาชัยสน
- เวลา ๑๔.๐๐ น. - ถึงบ่อน้ำร้อน ผ่อนคลายด้วย SPA น้ำแร่
- เวลา ๑๕.๓๐ น. - เดินทางไปสถานปฏิบัติธรรม ถ้ำสุมน
- เวลา ๑๕.๐๐ น. - ถึงสถานปฏิบัติธรรม ถ้ำสุมน
- * ชมสถานปฏิบัติธรรมภายในถ้ำ
 - * ชมทัศนียภาพธรรมชาติ ถ้ำสุมน
- เวลา ๑๙.๐๐ น. - รับประทานอาหารค่ำ
- เวลา ๒๒.๐๐ น. - พักผ่อนตามอัธยาศัย

วันที่ ๒

- เวลา ๐๘.๐๐ น. - รับประทานอาหารเช้าที่จังหวัดพัทลุง
- เวลา ๐๙.๐๐ น. - เดินทางไปท่องเที่ยวจังหวัดอื่นๆ

ข้อแนะนำในการท่องเที่ยว

- สอบถามข้อมูล/สำรองที่พักอุทยานล่วงหน้า ๓๐ วัน
 - ศึกษาฤดูกาลของธรรมชาติ เช่น นกอพยพ พรรณไม้ น้ำ
- นักท่องเที่ยวทั่วไป ให้ใช้บริการนั่งเรือดูนกของชุมชนทะเลน้อยตาม
เส้นทางที่กำหนด ใช้เวลา ๑ ชั่วโมง
- นักวิชาการ/ผู้สนใจศึกษาระบบนิเวศน์ ดัดแปลงข้อมูลโดย
ตรงกับอุทยานทะเลน้อยและต้องปฏิบัติตามคำแนะนำของเจ้าหน้าที่
อย่างเคร่งครัด



น้ำตกโดนแพรทอง

- ลงเรือด้วยความระมัดระวัง และพยายามนั่งให้น้ำหนักของผู้โดยสารกระจายอยู่ตามลำเรือ ขณะเรือแล่นไม่ควรยื่นมือหรือเท้าออกไปนอกเรือ หรือทำให้เรือเสียการทรงตัว
- ไม่ควรส่งเสียงดังรบกวนขณะชมธรรมชาติ ไม่เก็บดอกไม้หรือพรรณไม้ที่พบตามเส้นทาง
- ควรแต่งกายให้เหมาะสมกลมกลืนกับสภาพธรรมชาติ เตรียมอุปกรณ์เกี่ยวกับการตก และควรใส่เสื้อชูชีพในการนั่งเรือ
- ไม่นำอาหารและเครื่องดื่มไปรับประทานขณะชมธรรมชาติ และควรนำขยะทุกชิ้นกลับมาทิ้งในถังขยะบนฝั่ง

สิ่งอำนวยความสะดวกในจังหวัดพัทลุง ที่พักร

อำเภอเมืองพัทลุง

แกรนด์ แมนชั่น ๖๔/๑๒ ถนนประชาบำรุง ตำบลคูหาสวรรค์
โทรศัพท์ ๐ ๗๔๖๑ ๕๗๐๕ จำนวน ๗๖ ห้อง ราคา ๔๐๐-๕๐๐ บาท

ไทยโฮเต็ล ๑๔-๑๔/๑-๕ ถนนดิสรา-สาครินทร์ โทรศัพท์
๐ ๗๔๖๑ ๑๖๓๖, ๐ ๗๔๖๑ ๑๗๙๗-๘ จำนวน ๕๖ ห้อง ราคา ๒๕๐-
๔๐๐ บาท

โรงแรมหอฟ้า ๒๘/๓๐ ถนนคูหาสวรรค์ โทรศัพท์ ๐ ๗๔๖๑
๑๖๔๕, ๐ ๗๔๖๑ ๔๑๒๐ จำนวน ๙๔ ห้อง ราคา ๒๕๐-๕๐๐ บาท

ลำไริสอร์ท ๘๘ หมู่ ๖ ถนนอภัยบริรักษ์ ตำบลลำปำ โทร-
ศัพท์ ๐ ๗๔๖๑ ๑๔๘๖ มีบ้านพักและห้องพักรจำนวน ๖๘ ห้อง ราคา
๕๐๐-๑,๐๐๐ บาท

โรงแรมซอลิเดย์ ถนนผดุงดอนยอ โทรศัพท์ ๐ ๗๔๖๑ ๒๕๕๕
จำนวน ๑๓ ห้อง ราคา ๕๕๐-๖๕๐ บาท

อำเภอควนขนุน

เขตห้ามล่าสัตว์ป่าทะเลน้อย หมู่ ๒ โทรศัพท์ ๐ ๗๔๖๘ ๕๒๓๐

อำเภอปากพะยูน

เขาขันรีสอร์ท โทรศัพท์ ๐ ๙๘๑๒ ๑๒๗๖ จำนวน ๒๕ ห้อง
ราคา ๕๐๐ บาท

อำเภอศรีบรรพต

อุทยานแห่งชาติเขาปู่-เขาย่า ตำบลเขาปู่ โทรศัพท์ ๐ ๗๔๖๗
๙๖๒๕, ๐ ๗๔๖๑ ๙๖๕๕

ร้านอาหาร

อำเภอเมืองพัทลุง

ควนมะพร้าว ๕ หมู่ ๙ ตำบลควนมะพร้าว โทรศัพท์ ๐ ๗๔๖๑
๒๘๙๕

พรรคพวก ๒๘๓ ถนนผดุงดอนยอ โทรศัพท์ ๐ ๗๔๖๑ ๓๗๑๙
ลำปำซีฟู้ด ลำปำรีสอร์ท ถนนอภัยบริรักษ์ โทรศัพท์ ๐ ๗๔๖๑
๑๔๘๖

หงส์ทองภัตตาคาร ถนนประชาธิปไตย (เฉพาะจัดเลี้ยง) โทร-
ศัพท์ ๐ ๗๔๖๑ ๓๓๒๘

อิมหยก ๓๘๓ ถนนราเมศวร์ โทรศัพท์ ๐ ๗๔๖๑ ๓๓๙๓

อำเภอควนขนุน

บุปผาชะม่วง ถนนเอเชีย โทรศัพท์ ๐ ๑๙๐๗ ๕๙๕๙, ๐ ๑๙๓๖
๗๙๘๖

เรือนชัยบุรี ตำบลชะม่วง โทรศัพท์ ๐ ๗๔๖๘ ๒๓๕๔, ๐ ๗๔๖๔
๘๙๙๙

ศิริ คิดเช่น โทรศัพท์ ๐ ๑๓๙๗ ๖๕๐๓, ๐ ๑๖๐๗ ๖๖๑๖

สวนอาหารสวนไผ่ ถนนเอเชีย โทรศัพท์ ๐ ๗๔๖๑ ๒๙๓๐

หลานดาซู ถนนเอเชีย โทรศัพท์ ๐ ๗๔๖๘ ๑๖๕๘, ๐ ๖๒๘๙
๔๕๖๘

บริษัทนำเที่ยว

อำเภอเมืองพัทลุง

บจก. วุฒิไกรทัวร์ ๓๑๒/๓ ถนนราเมศวร์ ตำบลคูหาสวรรค์
โทรศัพท์ ๐ ๗๔๓๑ ๑๐๗๘, ๐ ๗๔๔๖ ๑๕๕๓

พี. จี. ทัวร์ ๑๒๕ ถนนพัฒนา โทรศัพท์ ๐ ๗๔๖๑ ๕๒๗๓

อำเภอปากพะยูน

หาดทองรีสอร์ท & ทราเวล ๓๘๗ หมู่ ๖ ตำบลฝาละมี โทร-
ศัพท์ ๐ ๑๙๕๙ ๘๐๓๗

หมายเลขโทรศัพท์ที่สำคัญ

ททท. สำนักงานภาคใต้ เขต ๒ โทรศัพท์ ๐ ๗๕๓๔ ๖๕๑๕-๖
ศาลากลางจังหวัดพัทลุง โทรศัพท์ ๐ ๗๔๖๑ ๓๔๐๙, ๐ ๗๔๖๑
๔๐๖๒, ๐ ๗๔๖๑ ๓๐๑๒

สถานีตำรวจภูธรจังหวัดพัทลุง โทรศัพท์ ๐ ๗๔๖๑ ๓๘๐๔
องค์การบริหารส่วนจังหวัดพัทลุง โทรศัพท์ ๐ ๗๔๖๑ ๑๔๔๐
ประชาสัมพันธ์จังหวัดพัทลุง โทรศัพท์ ๐ ๗๔๖๑ ๔๐๗๐
สำนักงานจังหวัดพัทลุง โทรศัพท์ ๐ ๗๔๖๑ ๓๔๐๙
สำนักงานทะเบียนธุรกิจนำเที่ยวและมัคคุเทศก์ภาคใต้ เขต ๑
โทรศัพท์ ๐ ๗๔๒๓ ๒๒๓๐, ๐ ๗๔๒๒ ๐๓๗๖

วิทยาลัยนาฏศิลป์พัทลุง โทรศัพท์ ๐ ๗๔๖๑ ๑๙๖๐, ๐ ๗๔๖๒
๖๘๙๒

ศูนย์ศิลปวัฒนธรรมพัทลุง โทรศัพท์ ๐ ๗๔๖๑ ๗๖๓๓, ๐ ๗๔๖๑
๓๐๒๓

โรงพยาบาลจังหวัดพัทลุง โทรศัพท์ ๐ ๗๔๖๑ ๓๐๐๘

โรงพยาบาลปิยะรักษ์ โทรศัพท์ ๐ ๗๔๖๒ ๗๑๔๘

สถานีรถไฟพัทลุง โทรศัพท์ ๐ ๗๔๖๑ ๙๑๐๖

สำนักงานโบราณคดี โทรศัพท์ ๐ ๗๔๓๕ ๖๔๕๘

เขตห้ามล่าสัตว์ป่าทะเลน้อย โทรศัพท์ ๐ ๗๔๖๘ ๕๒๕๘,
๐ ๗๔๖๘ ๕๒๓๐

อุทยานแห่งชาติ เขาปู่-เขาย่า โทรศัพท์ ๐ ๗๔๖๑ ๙๖๕๔-๕

หมู่บ้านหัตถกรรมกะลา (นายปลื้ม ชูคง) โทรศัพท์ ๐ ๑๔๖๕
๕๗๕๑

หมู่บ้านหัตถกรรมรูปหนัง (นายอิม จันทรชุ่ม) โทรศัพท์ ๐ ๗๔๖๙
๗๑๖๐

สำนักงานขนส่งจังหวัดพัทลุง โทรศัพท์ ๐ ๗๔๖๑ ๑๖๑๒,
๐ ๗๔๖๑ ๓๑๕๒

บ.ข.ส. จังหวัดพัทลุง โทรศัพท์ ๐ ๗๔๖๑ ๒๐๗๐

การท่องเที่ยวแห่งประเทศไทย สำนักงานใหญ่

๑๖๐๐ ถนนเพชรบุรีตัดใหม่ แขวงมักกะสัน เขตราชเทวี

กรุงเทพฯ ๑๐๔๐๐

โทรศัพท์ ๐ ๒๒๕๐ ๕๕๐๐ (๑๒๐ เลขหมาย)

โทรสาร ๐ ๒๒๕๐ ๕๕๑๑

E-mail: center@tat.or.th

Website: www.tourismthailand.org

ศูนย์บริการข่าวสารการท่องเที่ยว โทรศัพท์ ๑๖๗๒

ททท. สำนักงานภาคใต้ เขต ๒

สนามหน้าเมือง ถนนราชดำเนิน อำเภอเมืองนครศรีธรรมราช

จังหวัดนครศรีธรรมราช ๘๐๐๐๐

โทรศัพท์ ๐ ๗๕๓๔ ๖๕๑๕-๖

โทรสาร ๐ ๗๕๓๔ ๖๕๑๗

E-mail Address: tatnksri@tat.or.th, tatnakon@nrt.cscoms.com

พื้นที่ความรับผิดชอบ: นครศรีธรรมราช ตรัง พัทลุง

เปิดทำการทุกวัน ตั้งแต่เวลา ๐๘.๓๐-๑๖.๓๐ น.

ผลิตภัณฑ์กระจูด



งานประเพณีแข่งโพนลากพระ





ข้อมูล : ททท. สำนักงานภาคใต้ เขต ๒
ออกแบบและจัดพิมพ์ : กองผลิตอุปกรณ์โฆษณา ฝ่ายบริการทางตลาด
ข้อมูลรายละเอียดที่ระบุในเอกสารนี้อาจมีการเปลี่ยนแปลงได้
สงวนลิขสิทธิ์ หากนำไปจัดพิมพ์เพื่อการจำหน่าย
พฤษภาคม ๒๕๔๔

